

Фітболгімнастика як інноваційний та оздоровчий метод профілактики та корекції порушення постави дітей дошкільного віку



Виконав:
студент VI курсу 61 групи
заочної форми навчання
спеціальність «Фізичне виховання та спорт»
Лукашенко Віталій Анатолійович
Науковий керівник:
кандидат наук з фізичного виховання та
спорту, викладач
Яворська Тетяна Євгенівна

Актуальність. На сьогоднішній день доведено, що найбільш сприятливим періодом для формування здоров'я є дошкільний вік. Одним із важливих питань є профілактика та корекція порушень постави у дітей дошкільного віку.



У практиці фізичного виховання не достатньо висвітлена методика корекції порушень постави з використанням фітбол-гімнастики, що й визначило вибір напрямку наукового дослідження. Вищезазначене дає підставу констатувати актуальність обраної теми дослідження.

- **Об'єкт дослідження** – формування постави у дітей дошкільного віку.
- **Предмет дослідження** – корекція порушень постави у дітей дошкільного віку засобами фітбол-гімнастики.
- **Мета дослідження** – розглянути методику використання фітбол-гімнастики для профілактики та корекції порушення постави у дітей дошкільного віку та визначити її ефективність

Гіпотеза дослідження

Дослідження передбачало, що вивчення та впровадження науково обґрунтованої нетрадиційної інноваційної методики профілактики та корекції порушень постави, зокрема використання фітбол-гімнастики, дозволить не лише знизити рівень розповсюдження порушень постави, але й створить більш сприятливі умови для зміцнення здоров'я, підвищення розумової та фізичної працездатності дітей дошкільного віку.



Проаналізувати
теоретико-методичні
основи з питання
профілактики та
корекції порушення
постави у дошкільників.

Вивчити причини
виникнення
порушення
постави у дітей
дошкільного віку.

Завдання дослідження:

Розглянути
методику корекції
порушення постави
у дітей дошкільного
віку.

Оцінити
ефективність
застосування
засобів фітбол-
гімнастики

Методи дослідження:

аналіз та узагальнення науково-методичної літератури



педагогічне тестування



обстеження (антропометрія, гоніометрія)



педагогічне спостереження



педагогічний експеримент



метод математичної статистики

Експериментальна база дослідження:

Дослідження проводилось протягом 2011-2012 року на базі дошкільного начального закладу (ДНЗ) № 26 м.

Бердичева. У дослідження було залучено 20 дітей старшої групи, нами було сформовано дві групи :

Експериментальну (10 чоловік – займались за запропонованою нами програмою – фітболгмнастикою)

Контрольну (10 чоловік – займались за традиційною програмою)



РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОБЛЕМИ ВИКОРИСТАННЯ ОЗДОРОВЧОЇ ТЕХНОЛОГІЇ (ФІТБОЛ-ГІМНАСТИКИ) ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕННЯ ПОСТАВИ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ (за даними літературних джерел)

- 1.1. Анатомо-фізіологічні та вікові особливості розвитку дітей дошкільного віку
- 1.2. Визначення, етіологія та патогенез порушення постави у дітей дошкільного віку
- 1.3. Механізм фізіологічної дії фітболу та оздоровча спрямованість фітбол-гімнастики на організм дітей дошкільного віку



РОЗДІЛ ІІ. МЕТОДИ Й ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

Методи дослідження

1. Аналіз науково-методичної літератури.
2. Педагогічний експеримент.
3. Педагогічне спостереження.
4. Обстеження(антропометрія, гоніометрія, фотометрія, відеозаписи, тестування).
5. Тестування.
6. Метод математичної статистики.



Заняття проводилися 2 рази на тиждень по 25–30 хвилин в урочній формі, фронтальним способом. Заняття були проведенні у традиційній формі, які складаються з чотирьох частин (вступна, підготовча, основна та заключна частини).



РОЗДІЛ ІІІ. ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА

ПРОБЛЕМИ ДОСЛІДЖЕННЯ

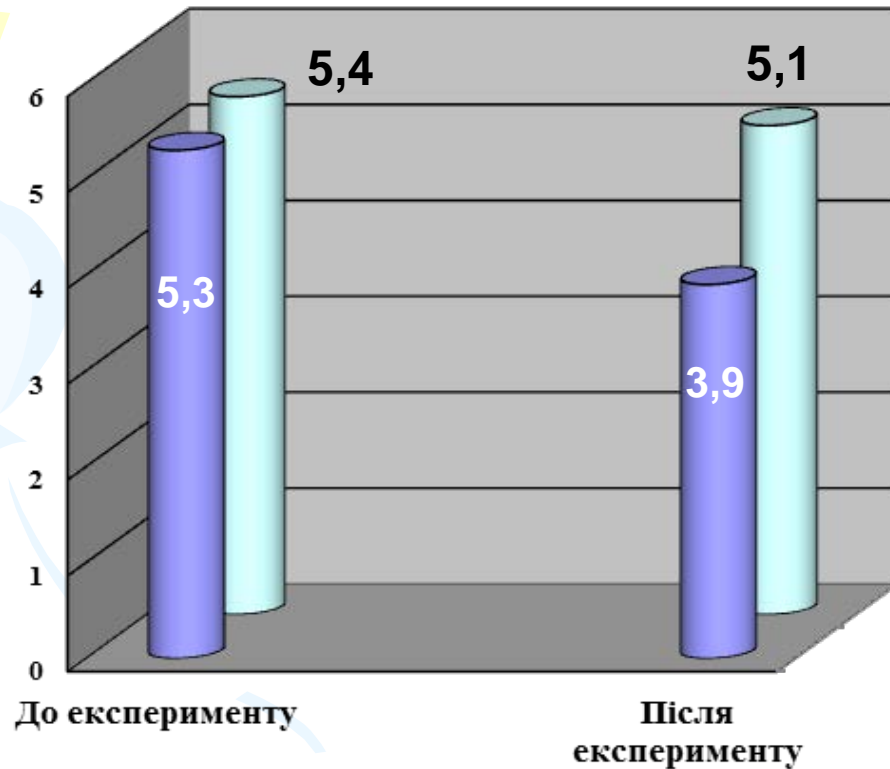
3.1. Аналіз результатів дослідження



Загальна характеристика фізіологічних показників та рухової підготовленості дітей експериментальної і контрольної груп до та після експерименту

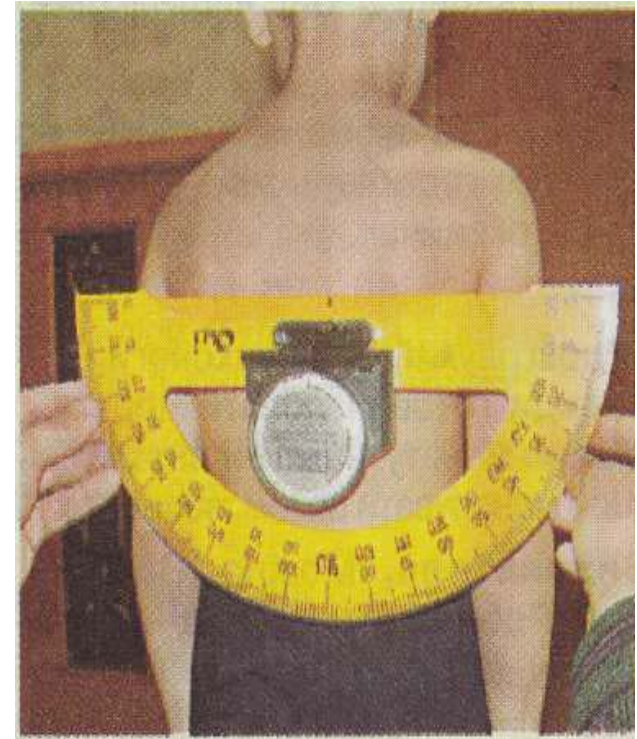
| № | Тест | Один. виміру | Експериментальна група | | Контрольна група | |
|------------------------|--|-----------------|------------------------|-----------------------|--------------------|-----------------------|
| | | | До експерименту | Після експерименту | До експерименту | Після експерименту |
| Фізіологічні показники | | | | | | |
| 1 | Сколиотичне викривлення хребта(за Гамбурцевим) | <° | 5,3° | 3,9° | 5,4 ° | 5,1° |
| 2 | Проба Штанге | сек. | 27,77 | 31,22 | 27,62 | 28,74 |
| Рухова підготовленість | | | | | | |
| 3 | Силові показники витривалості м'язів спини | сек. | 36,3 | 38,4 | 37,01 | 38,0 |
| 4 | Нахил в глибину (гнучкість) | см | 6,4 | 8,5 | 6 | 7,3 |

Результат змін показників ступеня сколіотичного відхилення хребта (середні значення) під час експерименту у дітей експериментальної і контрольної груп.



■ Експериментальна група

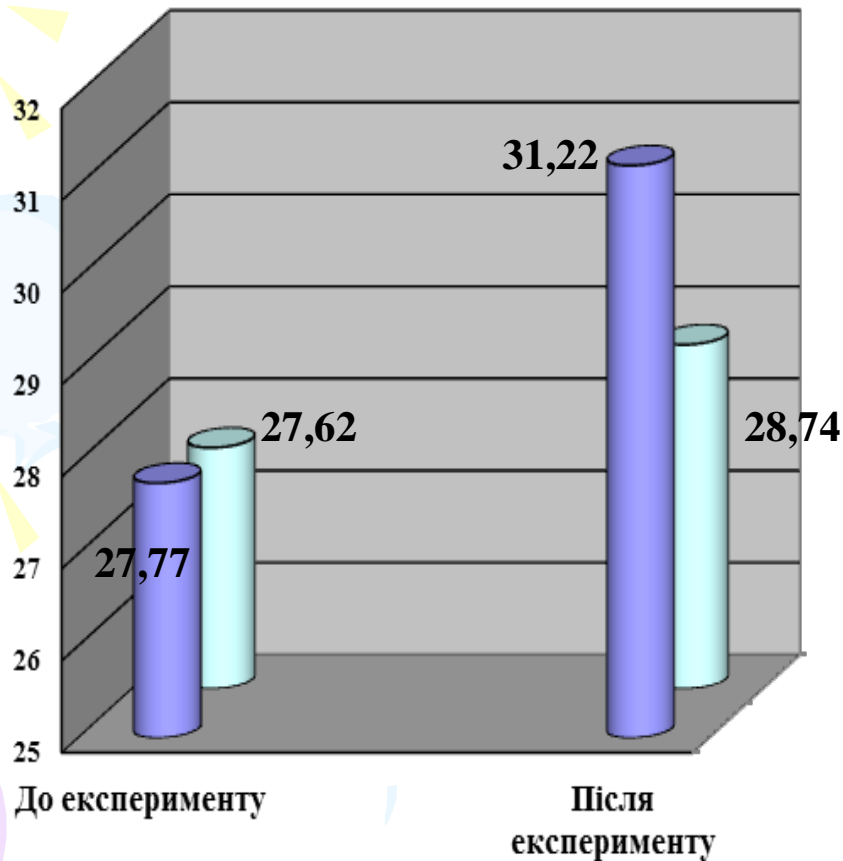
□ Контрольна група





**Для оцінки ефективності
проведеної корекційної роботи
було проведено ряд тестів та
вправ, які вказували на силу і
витривалість м'язів грудної
клітини, живота та спини .**

Функціональна проба із затримкою дихання на вдиху (проба Штанге)

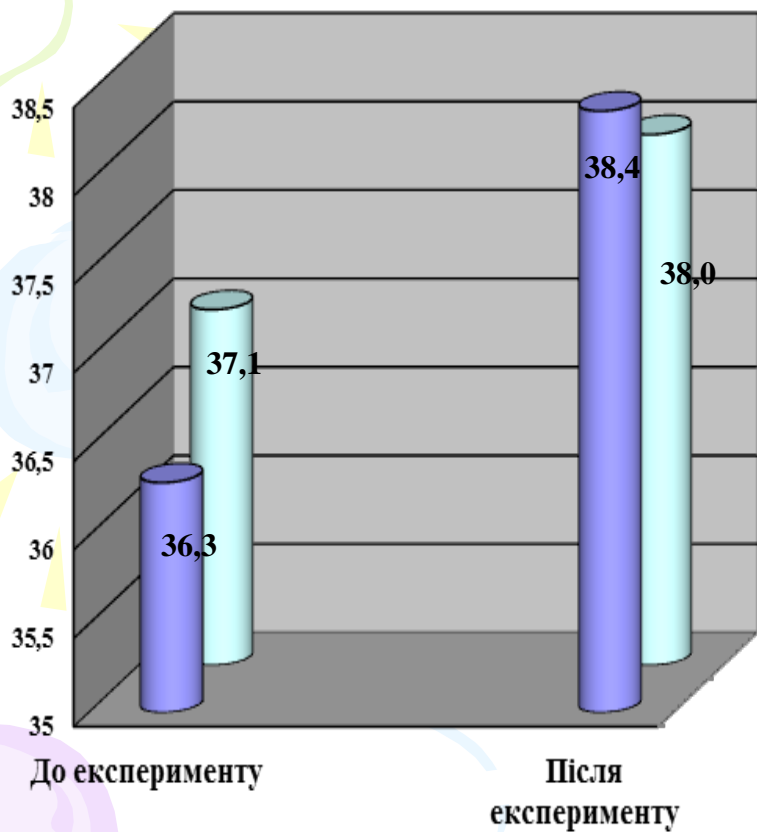


■ Експериментальна група

■ Контрольна група



Результати змін показників сили та витривалості м'язів спини у дітей

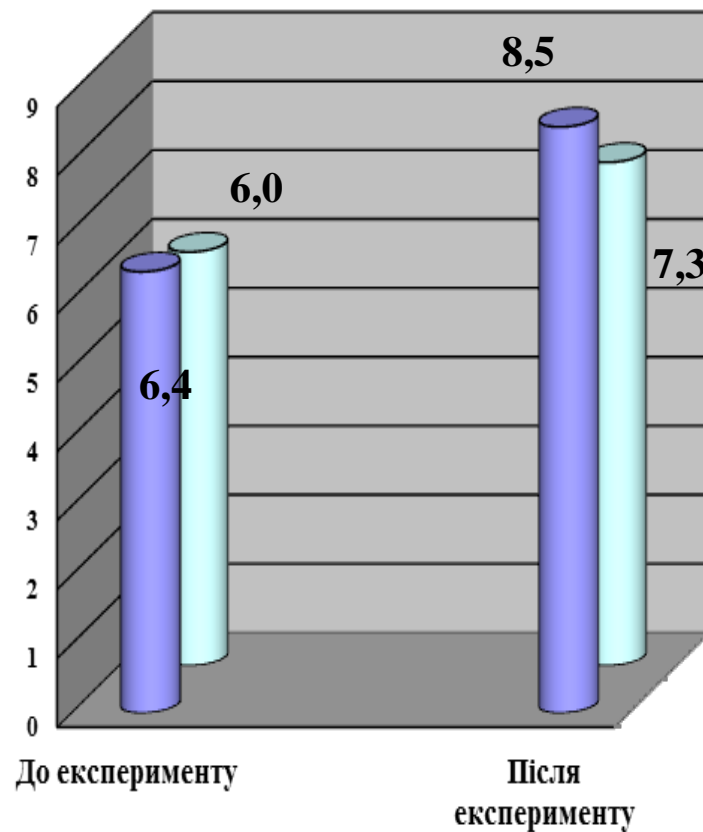


■ Експериментальна група

□ Контрольна група



Гнучкість хребта



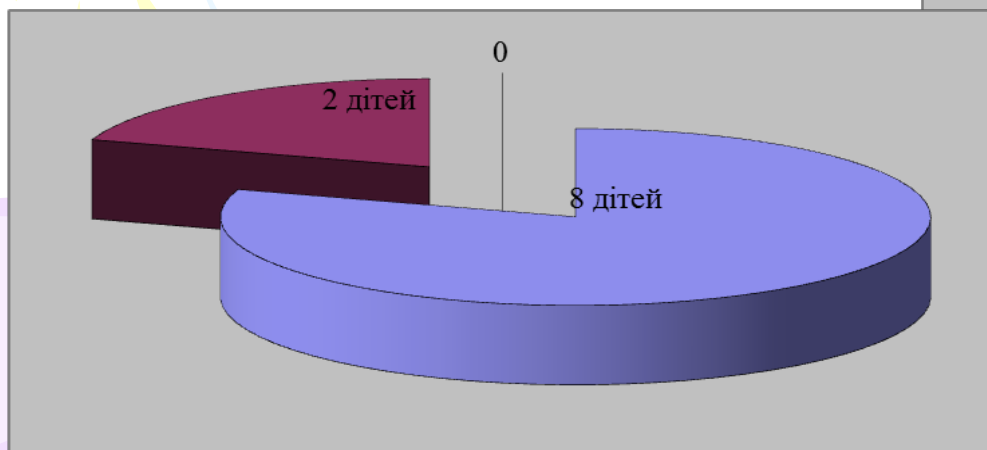
■ Експериментальна група

□ Контрольна група

Результати ефективності педагогічного експерименту

експериментальна група

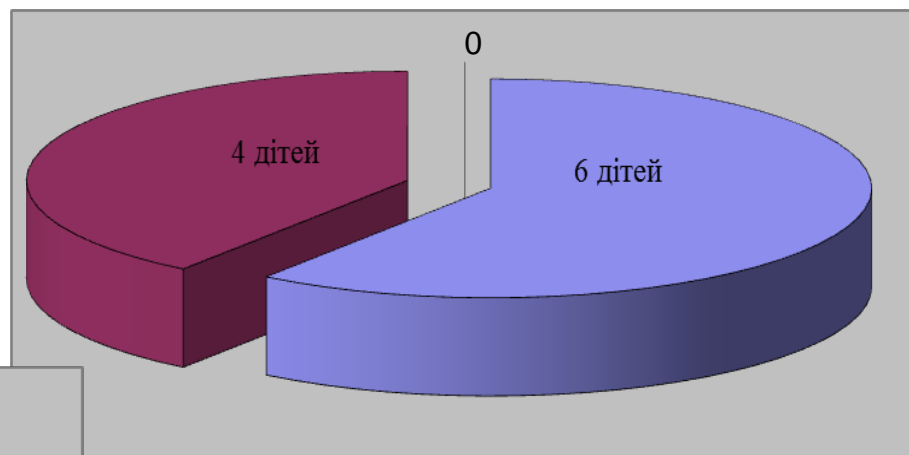
Експериментальна група



■ покращення ■ без змін

контрольна група

Контрольна група



■ покращення ■ без змін

***Дякуємо за
увагу!***

